

Despre educația sexuală și divorț, emigrație și prelucrarea trecutului.

Interviu cu psihoterapeutul Dan Goglează

*Motto: „Was immer ich tue, verändert die Welt! Ich bin die Welt, und die Welt ist ich!“ – Heinz von Foerster
(în traducere liberă: Indiferent ce fac schimbă lumea! Eu sînt lumea și lumea sînt eu!)*

Prescurtări:

- **AD :** Alexandru Drăghici
- **DG:** Dan Goglează

AD - În România pînă în 1989 educația sexuală și contracepționalele au fost interzise, măsură prin care regimul ceaușist a forțat natalitatea, de multe ori nedorită sau neplanificată. Avînd acest trecut persoanele venite din România au fost șocate de deschiderea societății germane în ceea ce privește educația sexuală și planificarea familială. Ați putut observa efecte ale acestei fricțiuni sau probleme de adaptare la pacienții români avuți în terapie?

DG - Nu se poate spune că educația sexuală în comunism a fost interzisă oficial, doar proscrisă, ca și psihoterapia de altfel, tabuizată, marginalizată, reprimată, prelucrată ideologic și tratată de sus cu puritanismul tipic moralei proletare. Toate acestea s-au petrecut numai în aparență deoarece, a nu face educație sexuală, în sensul de a nu emancipa, înseamnă a manipula prin nonintervenție și a profita de pe urma necunoașterii prin creșterea natalității neplanificate. Educația, în general, este un segment al executivului puterii de stat și expresia a ceea ce ideologia dominantă crede și postulează ideologic că sînt nevoile psihologice individuale. Omul nou, vizat de comuniști, avea o „misiune istorică”, era aparent „producătorul/constructorul” propriului destin dar, în realitate, se afla la comanda partidului, deci un paradox evident. În acest context femeia avea un rol istoric, de mamă eroină, și trebuia să sporească masa proletară. Ne lipsesc studiile asupra rolului femeii în comunism, deși a fost unul major și comunismul a știut să se folosească abil de influența acesteia în cadrul familiei. Dacă dorești să manipulezi, pentru a avea o societate pioasă și conservativă, atunci nu trebuie decît să folosești mesajele convenite adresate femeilor și comuniștii au știut să le stimuleze pînă la un anumit moment. Educația sexuală influențează direct natalitatea fiind legată de politica demografică, iar analiza aplicării ei sau a interferențelor cu alte domenii ale vieții sociale ne poate oferi o imagine inedită a sistemului. Emanciparea sexuală și natalitatea stau într-o relație invers proporțională și nu pot fi discutate separat de celelalte probleme ale cuplului, de atitudinea față de viață, familie, procreație, de problemele

psihoeemoționale implicite intersectate apoi cu cele culturale, religioase sau cu conflictele schimbărilor cu care se confruntă o persoană în evoluția sa. Totuși, înainte de a da vina pe suprastructuri sociopolitice sau juridice, ar trebui poate să analizăm și ceea ce au făcut sau nu au făcut oamenii de cultură, specialiștii sau formatorii de opinie în acest sens. Dacă vizați comparația cu Germania, atunci ar trebui să știm și cum s-a desfășurat educația sexuală în centrul Europei și mai ales cine a făcut-o. *Nouă ne-au lipsit acei gânditori de tip „Aufklärer”* (un fel de iluminiști clarificatori), care și-au făcut o datorie morală din iluminarea nației lor. Primul mare „Aufklärer” european pe tema sexualității a fost Sigmund Freud care a elaborat o teorie a sexualității intrînd în conflict cu morala catolică ce permitea relațiile sexuale numai în scopul reproducerii, de exemplu: o bulă papală, veche de secole și care interzicea relațiile sexuale de plăcere, nu a fost anulată nici pînă astăzi de Vatican! Drumul deschis de el a culminat în 1968 cînd, mișcarea studențească europeană, a încercat o fuziune a marxismului cu psihanaliza într-o viziune romantică, promovînd eliberarea sexuală de tabuuri sub lozinca „*make love not war.*” Sîntem încă sub efectul toleranțelor sexuale declanșate atunci, deși unele s-au bazat pe accepții dovedite actual ca false, cum ar fi ereditatea strict biologică a homosexualității. Comparativ cu situația Europei de vest, la noi educația sexuală a fost limitată la reguli de igienă și reproducere, mesajul general fiind „graviditatea întreține sănătatea” o formă manipulativă simplă de a face propagandă demografică.

Ce înseamnă de fapt educație sexuală dacă nu, în primul rînd, a ști să controlezi graviditatea în sensul planificării familiale? Creșterea plăcerii sexuale în detrimentul natalității nu era și plăcerea conducerii comuniste care evita să vorbească oficial despre instinctele primare, lăsîndu-le pe seama părinților și a transiterii orale a unor concepții sau mituri aparținînd secolului XIX și care au întreținut mai degrabă fobii, obsesii sau au dezvoltat complexe. Concret, dacă ești lăsat să te descurci singur cu instincte puternice, cum este cel sexual, atunci urmezi căi ocolite, ai fantezii de tot felul sau „tragi cu ochiul” pe gaura cheii la intimitatea din dormitoarele adulților sau al părinților. Asta în cazul în care existau dormitoare separate și nu promiscuitatea obișnuită familiilor, care nu puteau încălzi iarna 2-3 camere, caz frecvent la generațiile de după război. Autoinițierea „prin gaura cheii” sau *surprinderea părinților „in actu” sînt după Freud scenele originare ale unei viziuni deficitare asupra sexualității și cauza comportamentelor nevrotice în general.*

Românii emigrați în Germania aparțin mai multor generații, ei au menținut de regulă tabuurile puritanismului comunist surprinși/șocați și de deschiderea occidentală vizavi de sex. Deși acum sînt mai bine informați, ei nu au trecut imediat la copierea comportamentelor

emancipării de aici ei și-au conservat vechile atitudini în care se simțeau mai în siguranță. Depășirea tabuurilor te duce pe un teren alunecos dar ea oferă creșterea plăcerii sexuale prin trecerea de la sentimentul de penibilitate, jenă, rușine, la cel de stimulare a practicării și trăirii unor fantezii erotice. Multe din problemele sexuale sînt declanșate sau întreținute de teama de a vorbi despre sex, de tabuizarea intimității și de lipsa prelucrării problemelor, chiar de percepere a lor. A nu vorbi despre ceea ce te frămîntă și prin acumulările de tensiune într-o relație crește riscul luării unei decizii radicale: divorțul. Fără comunicare orice domeniu al vieții se stinge și moare, ea nu se poate menține în afara circularității feed-back-ului relațional.

AD – Vreți să spuneți că sîntem o generație nevrotată, aflată încă sub presiunea unor teme neprelucrate suficient? Cum de nu ne dăm seama?

DG – Este greu să-ți dai seama și din cauza circularității tipice fenomenelor psihosociale: nu prelucrăm pentru că nu ne dăm seama sau ne dăm seama (Einsicht, conștientizare) și nu prelucrăm pentru a nu ne destabiliza! A fi „einsichtig” înseamnă a te (auto)implica în analiză, a-ți recunoaște vina și greșelile (chiar perversiunile), introspecția nu e chiar o plăcere instinctivă - așadar este mai ușor să reprimăm. Reprimarea nu este în sine ceva de condamnat, ea asigură supraviețuirea și depășirea pe moment a greutăților, însă cel tîrziu cînd problemele se repetă va trebui să le prelucrați pentru a evolua. Generațiile de atunci (indiferent dacă trăiesc acasă sau în străinătate) au cam multe teme tabuizate și acesta este un motiv de a continua reprimarea lor, a te prefăca că nu le ai. Atitudinea se va schimba de la sine cu timpul dar procesul ar trebui să fie declanșat conștient de cei care fac educația: profesori, psihologi, medici, educatori, mass-media, etc. Îngrijorător este faptul că, după 1989, s-a profitat de nesiguranțele și inconsecvențele societății postdecembriste (trecutul și aparținătorii lui au fost puși la index, s-au prăbușit sistemele de valori existente) și generațiile tinere nu au avut de la cine învăța ceea ce este o măsură a normalității (adulții au avut mari probleme de adaptare la ritmul schimbărilor), probînd excesele cunoscute (totul este posibil!), așadar nevroza continuă în alte forme.

Apoi, o prelucrare serioasă începe cu dezvăluirea adevărului, al conștientizării dimensiunilor și efectelor lui, ceea ce persoanelor implicate nu le poate fi indiferent. Prelucrarea trecutului propriu sau colectiv, nu poate fi făcută fără un cadru teoretic clar și adaptat la mentalitatea unei culturi, fără cunoștințe serioase, fără clarificarea sensului pentru care o faci și a finalității. Ea trebuie legată de scopul obținerii unei conștiințe lărgite de sine sau colective, de schimbare

a erorilor făcute, a procedurilor și premizelor de gândire care au determinat/menținut problemele, de restabilire a reperelor morale ale unei tradiții. Nu am în vedere aspectul religios sau îngust al moralității, ci o atitudine deschisă, cinstită și corectă față de trecutul nostru. *Prelucrarea trecutului colectiv a început la noi haotic și abia după atitudinea oficială a statului român de condamnare a comunismului, a Raportului Tismăneanu și a accesului neîngrădit la dosare prin CNSAS a luat o formă mai sistematică.* Acest raport ar trebui continuat și completat prin prelucrări efectuate în cadrul fiecărei bresle profesionale sau instituții, inclusiv folosirea intensivă a memoriei sociale neînregistrate oficial. Cum legea lustrației nu s-a aprobat și multe din dosarele de la CNSAS au fost bine jumulate, prelucrarea va fi un proces controversat care ne va preocupa următoarele decenii. Numai prin adevăr putem ajunge la normalitate și la un sentiment al valorii de sine sănătos, fără complexe.

AD – În Germania prelucrarea și depășirea trecutului (Vergangenheitsbewältigung) este apreciată ca o componentă esențială a sănătății psihice a unei societăți. In ce măsură credeți că neefectuarea ei afectează persoanele care au venit din România? Mă refer aici cu precădere la faptul că mulți au venit dintr-o societate totalitară, închisă, care ne-a marcat conștient sau inconștient.

DG – Românii care au ajuns în Germania nu au participat la prelucrarea trecutului german și nici la „cearta națională” de acasă mediatizată obsesiv (o formă de prelucrare corală haotică pentru că nimeni nu ascultă) așa că ei sînt prizonierii „amintirilor frumoase” (mai corect spus înfrumusețate de nevoi de identitate sau a înnobilării originii!). Trecutul devine pentru emigrant singura formă de menținere a sentimentului de identitate, amintirea capătă o valoare mult peste cea reală, iar atitudinea lor este una de conservare și cam nediscriminatorie. Prelucrarea corectă a trecutului este foarte importantă pentru echilibrul psihic individual sau colectiv, întrucît oferă posibilitatea unei înțelegeri profunde a evenimentelor (trăirilor și suferințelor) prin reanalizarea detașată a posteriori și dintr-o perspectivă de ansamblu ce permite interconectarea unor aspecte, nesesizate pe timpul desfășurării lor, la efectul lor în evoluția ulterioară. Este un fel de introspecție socială retroactivă pe parcursul căreia se obține o imagine mai completă a intersecțiilor individ-colectivitate și se conștientizează mai bine cercurile automatismelor sau schemele vicioase din gândirea unei generații, în scopul depășirii mentalităților, a ieșirii din zonele obscure pline de reprezentări deficitare și simpliste ce frînează evoluția unei societăți. Mentalitățile sînt acelea care influențează percepția realității în general și pot să o facă atît de selectivă încît poate atinge nivele de orbire. Așadar *trecutul neprelucrat corect generează nostalgii și idolatrizări* iar dacă se face prea tîrziu apar

falsificările și se întreține convingerea că poți rămâne nepedepsit, indiferent de ororile la care ai participat, ceea ce reduce șansa statului de drept și încrederea în ordinea socială.

O prelucrare adevărată presupune însă multe cunoștințe și paradigme interdisciplinare (istorice, psihologice, sociologice, filosofice, juridice, etice), ea este anevoioasă nu numai pentru că nu poți schimba fără dureri premisele unei gândiri, care s-a autojustificat decenii și a format un sistem rigid de explicații simpliste, ci și pentru că oamenii declanșează instinctiv rezistențe când schimbarea este de gradul trei (trecerea de la un sistem politic la altul, emigrarea, divorțul, decese familiale, etc.). Alte probleme sînt cele legate de dificultatea schimbării convingerilor stabile, ale „Weltanschauung-ului” (a concepției despre lume) fiecăruia dintre noi, ce atinge fundamentul percepției adevărului și definirea realității. Renunțarea la convingeri ce cutremură suportul existențial s-a făcut, în istoria evoluției omului, mai ales cu forța și am ucis de regulă pe cei de alte convingeri sau ne-am sacrificat plătiind cu viața pentru reprezentări/credințe dovedite ulterior iluzii sau utopii. Psihologic vorbind, o convingere sau orice alt produs al gândirii, este rezultatul unui proces susținut de vocea interioară, când gîndim vorbim cu noi înșine, însă la începuturile evoluției omului această voce era atribuită unei forțe exterioare (transcendentale) ființei sale (ceea ce ar putea fi un motiv de internare la psihiatrie). Sîntem marcați de această „incapacitate originară” care face dificilă tocmai autoanaliza, introspecția sau prelucrarea trecutului și se pare că ea a fost dependentă de o slăbiciune cerebrală care nu permitea diferențieri introspective sau o reacție emoțională de teamă față de conținutul unor gînduri. Am avut pacienți care nu-și puteau identifica gîndurile rele, negative sau perverse ca fiind ale lor deși nu erau psihotici, ca să nu mai vorbim de dificultatea recunoașterii cauzalității corecte a unor neazuri ce solicită conștientizarea propriului rol (a autovinovăției) și a dezvoltarea ceea ce germanii numesc – „Einsicht”, termen pentru care nu avem o traducere în limba română poate și pentru că nu ne caracterizează recunoașterea greșelilor! (cuvintele acoperă domenii ale vieții pe care descoperindu-le le denumim). Orice analiză este în fond o autoanaliză (nu ne putem elimina nici un moment din ecuație) iar rezultatul acesteia este conștiința de sine care a fost o apariție tîrzie în evoluția umană.

Conștiința de sine obținută în urma introspecției și convingerea că sîntem posesorii gîndirii care tocmai se gîndește pe sine ca gîndire, se pare că nu ar fi mai veche de circa 3500 de ani - conform ultimelor cercetări. Apariția tardivă a conștiinței de sine pare să fie determinată și de un alt „defect” al construcției cerebrale, acela de a forma sisteme închise pe principiul circularității reversibile ceea ce frînează esența ei relațională: eul se dezvoltă numai în rezonanță cu un alt eu pe când creierul numai raportare la sine! S-a constatat că o reprezentare

este rezultatul unui proces cerebral de feed-back interior de autoconfirmare (raportare la schemele de identificare din memorie) și care este fundamentul biologic al **sistemului autosugestiv de menținere a vieții** decisiv în formarea lumilor interne. Vă puteți imagina câte lumi și universuri existențiale se pot prăbuși dramatic la o prelucrare? Principiul circularității este universal însă, la nivel psihologic, el implică co-responsabilitatea participării la orice acțiune și una integrală atunci când este vorba de actele proprii sau de interpretarea actelor celorlalți! O extensie a lui este reciprocitatea și reversibilitatea actelor umane, de ex.: „o mână spală pe alta” - dar niciodată pe sine! Cum, principiul circularității elimină scuza nevinovăției și inocenței, aplicarea lui generează conflicte și destabilizează lumile interne fixate deja prin sistemul de autorecompensare cerebral, chiar dacă a fost vorba de avantaje meschine moral. Acest sistem menține status quo-ul și împiedică, atât autoanaliza sinceră cât și comunicarea deschisă dintre oameni, printr-un voal protectiv format din reprezentări subiective despre adevăr, dreptate sau bine. Nenorocirea cea mai mare este dată de faptul că acest voal protectiv este perfecționat permanent din cauza recurenței sale pozitive asupra obținerii senzației de confort, a unor emoții plăcute sau a sentimentului fericirii. Dificultatea schimbării sau renunțării la aceste protecții și chiar a înțelegerii lor este dată de un alt principiu care ne face viața un calvar, cel al autonomiei domeniilor psihice. De exemplu: sistemul cel mai autonom dezvoltat de om și care tinde să-i scape de sub control este limbajul și, nu numai că dilemele legate de apariția lui rămân, dar ele sunt menținute, uneori artificial, de propriile jocuri de cuvinte prin care un limbaj se autocreează: un cuvânt explică orice alt cuvânt sau realitate numai pe sine însuși nu!

La nivel macrosocial un exemplu de circularitate patologică, cu efecte imprevizibile pentru viitorul omenirii, este paradoxul „escaladărilor complementare” (în sensul lui Gregory Bateson): radicalizarea progresivă a islamismului ce se „simte” amenințat de radicalizarea intervențiilor USA, justificate la rândul lor de radicalizarea fundamentalismului islamic devenit tot mai fanatic cu cât măsurile represive americane au fost mai categorice! În acest conflict de o circularitate perfectă, elementul care dinamitează escalarea este sentimentul amenințării. Nenorocirea este că un asemenea sentiment devine real în consecințe (causa finalis la Aristotel), adică își are cauza în finalitatea reprezentată devenită o „profetie care se autoîmplinește.” Dacă atât USA cât și islamiștii nu ar fi trecut niciodată la agresiuni reciproce, atunci fiecare ar fi fost obligat să-și trateze halucinațiile proprii pe costurile proprii. În conflictul odată declanșat fiecare va încerca să-l trateze pe celălalt cu infuziile pe care ar trebui să și le autoadministreze. Nu vă amintește acest lucru de psihiatria absurdă din sistemele totalitare? O altă pacoste este conținută de „necesitatea continuării tratamentului”

decisă de structurile care, create în acest sens (forțele de ordine internaționale), sînt nevoite să-și justifice, existența și șederile prelungite în țările respective, față de cei aflați la putere care, la rîndul lor, primesc astfel dovezi ale importanței lor și devin tot mai greu de înlocuit. Șansa suspendării unui cerc vicios distructiv de „cauzalitate circulară” (Heinz von Förster) este conștientizarea propriei greșeli de interpretare și acceptarea inutilității propriului gest, adică întreruperea modului absurd de obținere a autoconfirmărilor. Problema de fond a ieșirii din impas este conținută de o altă dilemă circulară: „cine face primul pas?” – care solicită paradoxul unei acțiuni simultane de înghețare a conflictului cauzat de schimbarea interpretării gesturilor oponentului (paradoxul cameleonului). Convingerea în propria „normalitate” se alimentează și bazează pe „anormalul” actelor celuilalt. Cu cît dezorganizarea psihică a unei persoane este mai mare cu atît mai mult ne simțim confirmați în propria „normalitate” - așadar patologicul dă măsura normalului și nu invers. Orice convingere, indiferent de caracterul de adevăr al acesteia, poate constitui baza creării unei circularități autojustificative necesară și cu un rol decisiv în scăderea tensiunii cerebrale.

Aici nu fac decît să enunț cîteva din fenomenele psihologice de fond fără de care cu greu ne putem înțelege pe noi, cei ce ne dorim înțelegerea celorlalți și prelucrarea trecutului.

AD – Vreți să spuneți că aplicarea acestor principii asigură înțelegerea de sine și deschide calea înțelegerii celuilalt?

DG – Nu se poate altfel și nici nu ar avea sens dacă nu am raporta la noi ceea ce vrem să înțelegem. *Nu ne năștem cu programul înțelegerii sociale* ci doar cu unul egocentric și profund egoman. Reacțiile circulare ale înțelegerii mediului apar pe fondul celor interne. Primul obstacol al sistemului nervos este propriul corp, pe care și-l conectează înainte de a se conecta la mediu sau la alte persoane. El este deja marcat de structuri ale trăirilor din relația corp-creier și cu prima persoană din viața noastră: mama. Apropos, nu venim pe lume cu gene feminine, cum s-a crezut, însă toți ne impregnăm o structură feminină de reacție emoțională la mediu și în această relație se naște empatia. Ea este influențată apoi de experiențele trăite în urma proiecțiilor propriei emoționalități asupra mediului dar și de posibilitățile de descriere a realității interacționale prin limbaj. Pe baza acestui schimb cameleonic se dezvoltă conștiința de sine care este un fel de „hopa-Mitică”, un fel de Perpetuum-Mobile de circularități autosuggestive din interiorul unui limbaj, un monolog narcisic al eului.

Evolutiv vorbind, am ajuns să trăim în limbajul descrierilor proprii și aceasta este subiectivitatea care ne dă cel mai mult de furcă și pe care nu o acceptăm fără tensiuni

interne. Omul trăiește în limbaj și limbajul este lumea omului, în afara lui nu poți vorbi de om. Trăim limitele propriilor descrieri și în granițele definițiilor pe care le dăm fenomenelor interne sau externe, printr-un proces circular cu tendințe autonome, care uneori ne poate scăpa de sub control. Circularitățile acestor descrieri pot fi anxioase, psihotice sau depresive și această autologie reversibilă anulează circumstanțele atenuante ale vinovăției sau responsabilității limitate. Prelucrarea trecutului va trebui să țină cont de adevărurile mai noi despre ființa umană, tocmai pentru a nu aluneca pe terenul justificărilor interminabile și de a se da vina la nesfârșit pe manipulare, pe spălarea de creier, pe cenzură, pe influențe, etc. O influență sau sugestie externă nu are niciodată un efect, dacă ea nu este preluată în limbajul interior și nu se pliază pe structura proprie deținută, devenind astfel o autosugestie.

AD – Dacă am înțeles bine, înseamnă că fiecare își formează o lume în care se autoconfirmă prin ceea ce-și spune că este sau că a trăit.

DG – Nu putem spune că am trăit ceva cu adevărat dacă nu o putem exprima și verbal. Dacă trăirea este pozitivă o suportăm ușor și fără explicații, dar dacă este negativă atunci trebuie s-o definești pentru a o depăși și mai ales pentru a ști ce ai depășit. Este exact ca la o revoluție, nu „obții” ceva dacă nu ai o declarație de independență (vezi „revoluția” noastră din 1989) care să creeze iluzia că moartea ta va avea un sens supraindividual, ceea ce este o absurditate, întrucât numai viața poate avea un sens. La formarea lumii interne participă intensiv și haosul emoțional care poate fi organizat/structurat prin limbaj dar și îmbogățit de acesta, ambele domenii se află într-o simbioză care nu exclude dezvoltarea lor autonomă. Toate acestea sînt cuplate la un sistem cerebral de autorecompensare răspunzător de producerea satisfacției (plăcerii) sau a fericirii.

AD – Ce legătură au toate acestea cu tema noastră?

DG – Nu putem face una fără cealaltă. Cine vrea să înțeleagă pe alții trebuie să se înțeleagă mai întâi pe sine și dacă acest cineva ne comunică înțelegerea sa trebuie să știm că ea este un produs al lumii celui care-și face astfel introspecția: nimic altceva decît o raportare sinceră, nu numai a ceea ce ai făcut (mărturisirea) sau înțeles, ci mai ales a emoțiilor/trăirilor dezvoltate. Cuvintele fiecăruia sînt impregnate de emoțiile asociate în momentul învățării lor. În introspecție se află centrul universului (recte cunoașterea de sine), biserica a intuit de mult valoarea confesării, a mărturisirii și izbăvirii de păcate prin cuvinte. În natură nimic nu este despărțit, noi o facem din nevoi procedurale cognitive însă prin introspecție refacem armonia

originară unind despărțirile gândirii în polarități care operează diferențieri pentru a înțelege și a ușura memorarea.

Revenind la prelucrare: dacă nu vrem ca generațiile de după noi să ne pună la zidul infamiei, să ne renege sau să ne bruscheze, așa cum a făcut-o generația '68 cu tații lor în vest, *atunci va trebui să ne prelucrăm trecutul cât încă se mai poate și câtă vreme noi, cei care am construit comunismul într-o formă sau alta, mai sîntem în viață. Psihologic vorbind, nu se poate pleda decît pentru o vină colectivă și nu pentru judecățile de tipul „numai individul X a făcut infracțiunea Y.”* Nu numai Ceaușescu singur a generat tipul de comunism de la noi, ci și noi l-am făcut posibil, l-am „aplicat” sau, altfel spus, ne-am cauzat soarta provocînd o reacție vicioasă în spirală poate și prin anumite trăsături de caracter - un lanț național al slăbiciunilor care ar trebui examinat separat. Ar putea fi adăugată și debusolarea culturală (un popor rămas în urma emigrației de după război fără intelectualii ei de marcă) care a jucat un rol în degradarea mentalității, ușurînd abandonarea tradiției de gîndire și simțire. Ar trebui analizat și *complexul național al trădării* inclusiv teroarea administrativă de la nivelul instituțiilor, cu funcționari incompetenți ce luau decizii absurde întreținînd psihoza, care în final l-a și împușcat pe Ceaușescu. Astfel de analize sînt necesare pentru că agresiunea societății postdecembriste este halucinantă, mass-media o cultivă și menține disprețul față de om promovînd nonvalori iar politicienii sînt un exemplu de sarcasm patologic.

AD – Credeți că prelucrarea trecutului colectiv sau a copilăriei poate asigura înțelegerea de sine necesară echilibrului psihic?

DG - Igiena psihică individuală, în forma unei psihoterapii, nu e neapărat necesară dacă educația a mers bine și mama a reușit să-și dozeze iubirea și apropierea față de copilul ei. Dar, dacă ai avut o copilărie conflictuală, privată de apropiere sau în care a fost prea multă apropiere pînă la abuz - atunci ea este necesară. Psihoterapia nu are numai rolul de a „repara” răul produs ci și de a-l preveni, ajutînd la dezvoltarea armonioasă a personalității. Nu de puține ori problemele actuale ale unei persoane nu sînt neapărat declanșate de dificultățile sau conflictele momentane, deși așa pot fi resimțite, ci de traumatisme mai vechi și nu neapărat conștiente. Concret: evoluția sexuală a unui copil, indiferent de sex, este marcată de reacțiile mamei din primii ani ai vieții. Dezvoltarea eului începe prin senzații corporale, prin satisfacerea nevoilor de hrană și apropiere emoțională într-o relație simbiotică cu mimica mamei, care oglindește involuntar și fixează gesturile, expresiile și cuvintele pe care le pronunță. Orice neîmplinire, supraîmplinire sau abandonare (*privare senzorială*) lasă urme

profunde în bucele neuronale ale sistemului răspunzător de „panica de a fi părăsit” și fixate definitiv în reprezentări interioare.

Interesant, privind educația sexuală la acest nivel, este că mama are tot felul de reacții (grimase, mimici, expresii, interjecții, oftaturi și alte forme de rezonanță emoțională) pentru orice acțiune imaginabilă a copilului, însă nici una pentru cele legate de instinctul sexual, cum ar fi o erecție spontană, manipularea organelor genitale sau masturbarea. Nu numai că ele se prefac că nu observă astfel de acte, ci pot avea reacții care-l pot marca/traumatiza pe copil pentru toată viața. În a doua fază a evoluției sexuale, de la pubertate, identificarea sau raportarea la masculinitatea tatălui este factorul hotărâtor al identificării psihosexuale. Este faza integrării lumii instinctelor în structurile supra-eului și dezvoltarea unei individualități adaptate social. Studiile longitudinale au constatat că absența tatălui într-o familie sau respingerea modelelor masculine într-o cultură sînt factori care tulbură identitatea sexuală atît la fete cît și la băieți. Există în acest sens și un diagnostic de Parental Alienation Syndrome (am avut cîteva cazuri în terapie) care vizează înstrăinarea de tată. Efectele privării de tată sînt, pe lîngă tulburările psihosexuale, un comportament antisocial agresiv pînă la criminal, comportamente autodistructive pînă la automutilare, tulburări relaționale, deficite cognitive, frica de ratare, atitudine negativă față de familie și copii. Absența tatălui determină uneori o mamă să încerce compensări sau să-și folosească feciorul mai în vîrstă ca înlocuitor sau confident, împingîndu-l în roluri nepotrivite vîrstei, sexului și poziției în relație. Această atitudine destabilizează maturizarea normală accelerînd-o sau trecînd-o pe căi întortocheate. În acest context se pot face unele corelații între deprecierea rolului tatălui după 1968 și extinderea tulburărilor de identitate sexuală în vestul Europei.

AD – Care ar fi problemele înfîmpinate de români la integrarea în societatea germană și cum au fost resimțite în plan psihic?

DG – Aceleași pe care le au cei care se rup de tot ceea ce a întreținut viața lor anterioară și se autodezrădăcinează. *Cînd ai emigrat sub comuniști, cazul meu, știai că nu mai există cale de întors și erai pentru cei rămași acasă ca și decedat. A te naște a doua oară într-o societate ca Germania, unde bariera limbii este greu de trecut, nu este un proces simplu și fără urmări. Dilema adaptării este dată de cerința unei plieri eficiente în noul mediu fără a-ți pierde identitatea, rămînîndu-ți credincios prin menținerea unor convingeri mai vechi. Cum poate arăta o identitate de sine cînd se renunță la rolurile socioprofesionale avute anterior, la statusul dintr-o familie mai largă, la condiționările comunitare și la obișnuințele care-ți mențineau*

viața, inclusiv la limba maternă? Șocul adaptării este declanșat de constrângerea și absența alternativei, este o adaptare prin constrângere nonstop ce se resimte pe toate planurile. Despărțirea de țară, de părinți și familia de origine, de cultură și mai ales de limba care menține echilibrul emoțional și mentalitățile, sînt cutremure puternice de natură psihică. Se trece la un alt mod de a gîndi și acționa, conținutele de limbaj, propozițiile și expresiile cotidiene sînt altele, este greu să te recunoști în ceva, feed-back-ul zilnic lipsește, nu te mai salută nimeni, nu te întrebă nimeni de sănătate, nu ești interpelat, adică nu prea „exiști” pentru ceilalți ceea ce determină pe cei labili să treacă la acte asociale pentru a atrage atenția sau ca protest la indiferență. Contactul cu mentalitatea unei țări se produce la nivelul limbajului care, în Germania, este precis, riguros și ordonat în unități de gîndire altfel decît în alte limbi, dificultate care i-a făcut pe unii să emigreze de aici în alte țări. Se zdruncină din temelii sistemul de valori, se schimbă percepția socială, ceea ce mărește dezorientarea, nesiguranța, anxietatea și panica de a nu reuși. Decisiv în procesul adaptării este răspunsul la întrebarea „pentru ce ai emigrat și ce ți-ai dorit să găsești?” Eu am avut un scop simplu definit și realizabil zilnic de mai multe ori: a bea o cafea și a citi în liniște fără să tresar la sunetul soneriei sau al telefonului!

Nu cunosc studii care să evidențieze diferențieri ale adaptării comparativ cu alte țări, însă ele nu sînt la fel de grele pentru români în Franța, Italia sau Spania, unde limba se învață din mers și mentalitatea este mai apropiată de a noastră. *Germanii sînt un popor obsedat de perfecțiune dar și autocritic, iubitor de ordine și disciplină, totul subordonat imperativului adevărului. Diferența dintre noi și ei poate fi redusă la cea dintre două cuvinte: vremelnicie și temeinicie.*

Reacția psihică la o schimbare de gradul trei, cum este emigrarea, este de regulă depresia și simptomele psihosomatice. Problema apare în momentul în care devii conștient de suferință, cînd cauți justificarea unei ratări/neîmpliniri sau o soluție de moment, vremelnică. Autojustificarea obișnuită este cea de tipul „vina vecinului” - problema sînt ceilalți, respectiv o societate „rece și neprimitoare” sau un partener (soț sau soție) care nu te înțelege și te pune sub presiune. Personal și eu m-am așteptat să întîmpin „căldura colectivului” cu care ne obișnuisem acasă însă, am înțeles repede, dintr-o experiență edificatoare cu autoritățile de aici, că rezolvările concrete sînt de preferat promisiunilor deșarte și „îmbrățișărilor tovărășești.”

AD - În ce măsură eforturile integrării afectează stabilitatea unei familii care emigrează în Germania? Dacă se emancipează își mai dorește copii?

DG – *Emigrăm mai întâi corporal, sufletul rămîne acasă și durează uneori o veșnicie pînă ne urmează* - astfel că trăim în și din amintiri. Interesant este că începem să ne amintim involuntar lucruri demult uitate. Inconștientul reia secvențe ale trăirilor anterioare pentru a suplini pe cele frustrante și mai ales pentru a susține sentimentul identității aflat în derivă. Se schimbă paradigmele de evaluare, renasc interese sau plăceri acolo unde au fost respingeri sau repulsii, de exemplu: acasă opream radioul la muzica populară emisă aproape nonstop însă în Germania am început s-o ascult nostalgic! Personal mi-au trebuit peste zece ani ca dorul de acasă să nu mă doară și după '89 nu a trecut vreun an fără să merg în România. Prietenilor, care mă mai ironizau cu concediile mele făcute mereu acasă, le spuneam amuzat că mă duc să-mi ud și îngrijesc rădăcinile inconștientului.

Într-o familie pot apare schimbări de status și rol, după cum se obține mai repede o pliere la mediu. Dacă unul din soți reușește să învețe mai repede limba, să se simtă mai bine cu mentalitatea și rigorile de aici sau cîștigă mai mult decît celălalt, pot apare tensiuni și reluate conflicte mai vechi, refulate. Flexibilitatea psihică este suprasolicitată la maximum de ritmul impus adaptării și apare un fenomen recurent de rigidizare a unor conduite și convingeri mai vechi devenind, în unele privințe, mai conservativi decît eram. Cu cît te simți mai pierdut într-o societate cu atît mai mult vei fi nevoit să compensezi cumva (pentru echilibrare) păstrînd mentalități chiar dacă ele nu aduc decît conflicte inutile sau par absurde, se compensează de regulă frustrările materiale sau se plătesc polițe mai vechi din relație.

Emanciparea în general înseamnă în primul rînd învingerea fricii de schimbare, deschiderea față de tabuuri și exprimarea unor gânduri sau dorințe într-o relație. *Din păcate tabuurile sînt depășite după ce un cuplu se desface și nu înainte, adesea în cadrul unor forme incompetente social, de certuri jignitoare și de „spălare a rufelor murdare în public”, metode prin care se discreditează persoana care are curajul să închidă o relație.* Dacă, pe de o parte, refuzul emancipării face să crească natalitatea (aspect social pozitiv) pe de alta el poate periclita menținerea familiei (aspect individual negativ). Familiile emigrante se înscriu în tendința generală de a avea 1 maxim 2 copii, pentru că trebuie să-i crești singur, fără ajutorul rudelor și se întrerupe cariera profesională. Există un joc dinamic permanent al influențelor economice, sociale, psihologice și religioase asupra cuplului și o societate poate lua măsuri demografice dure pentru realizarea unor ambiții ideologice. Adevărul nu este dat numai de analiza trecutului, a faptelor petrecute ci trebuie să implice cumva și perspectiva viitorului (consecvențele). Proiectul comunist de sporire a populației României la 30 de milioane, în actualul stadiu de emigrare în masă și scădere a natalității, revine în discuție prin consecințele

dramatice ale depopulării. Comparativ cu România, RFG-ul (fără DDR), avea un teritoriu cu circa 5 mii de kilometri pătrați mai mult la o populație de peste 68 de milioane! Factorul forței economice a populației nu este unul de neglijat și faptul că în România se importă forță de muncă din China ar trebui să ne facă să revizuiim relaxarea cadrului juridic privind avorturile și iresponsabilitatea medicilor de a le executa fără să dea un sfat marital.

AD – Sugați ideea că forțarea natalității de Ceaușescu era o măsură vizionară?

DG – Ceaușescu a fost incontestabil un vizionar utopic care, nevăzînd copacii din cauza pădurii, s-a angajat pe prea multe planuri, neținînd cont de puterea noastră materială și spirituală de a realiza proiectele vizate. *Supraaprecierea nonstop și peste tot este în consecințe mai gravă decît subaprecierea.* Comparativ, o depresie este de preferat unei psihoze și din cauza reușitelor mai mari de vindecare în cazul primei.

Prelucrarea trecutului trebuie să fie nu numai autoanalitică ci și rațional-obiectivă, altfel nu vom reuși decît să fim la fel de absoluțiști ca și comunismul însuși. Respingerea în bloc nu va crea posibilitatea ca o mentalitate să se autodesființeze parcurgînd etapele prelucrării. Nu trebuie să forțăm procese care se desfășoară cel mai bine de la sine, însă a distruge toate formele care menținuseră viața pînă atunci înseamnă a proceda la fel cum au făcut-o cei pe care-i critici. Toate domeniile vieții vizează în esență autonomia care se produce nu numai în sensul autodezvoltării ci și al autodizolvării. De exemplu: dacă interzici studiul marxismului vei crea opoziție și dizidenți nostalgici, care vor găsi explicația fenomenului actual al globalizării în Capitalul lui Marx și chiar că nu putem nega aplicabilitatea acestei analize la fenomenul globalizării oligarhice planetar. Așadar, stafia marxismului plutește încă deasupra noastră și noi o renegăm arogant ceea ce o poate face să reînvie. Așa făceau și comuniștii, însă am văzut unde a dus renegarea. Să nu fim înțeleși greșiți, marxismul a făcut posibilă o dictatură îngrozitoare însă, colecția ideilor social democratice susținute sînt o operă a gîndirii europene începută cu mult înainte lui.

Apropo emancipare și socialism: primele idei de emancipare a femeii în Europa au fost promovate de socialiști în cadrul mișcării europene de la 1848 cînd s-au cerut salarii egale cu ale bărbaților și o protecție socială mai bună în industrie. Dreptul femeii la a face politică sau de a fi membră în sindicate a fost acceptat, în Germania, în 1908 iar dreptul la vot în 1918. În Franța femeile au obținut acest drept în 1944 iar în cantonul Alppenzell din Elveția abia în 1990! Paragraful 218 a interzis avortul în RFG pînă în 1992 (!) deși femeile au ieșit în stradă în anii 70 (încurajate de revolta din 68) și au scandat: „eu am avortat, burta îmi aparține”! În

1996 paragraful 218 a fost îmbunătățit însă nu abrogat și se prevede dreptul la întrerupere numai după o consultare psihosocială la „Pro-familia” făcută de serviciile social-creștine. În DDR avortul era permis din 1972 în cazul sarcinilor pînă la 12 săptămîni. Sînt excluse situațiile de avort justificate de necesități medicale sau sociale, cum ar fi incestul sau violul. Comparativ cu țările din blocul comunist Polonia este singura care menține interzicerea avortului și la ora actuală. Politica demografică nu este numai o problemă economică, ci mai ales una legată de mentalitățile unei culturi.

AD - Care este șocul cel mai mare pe care îl oferă societatea gazdă germană? Există o însușire a germanului care ne provoacă pe noi cei originari din România?

DG – Cînd am sosit în Germania am fost surprins să văd o societate care aplica comunismul la care noi visam: *fiecăruia după nevoi!* Am fost cazat primele 3 luni împreună cu fiul meu, pe atunci de trei ani, la un hotel și statul german plătea peste 2000 de mărci pe lună pentru noi. Să nu credeți că am avut vreun statut special, hotelul era plin de emigranți ca mine. Nu eram obișnuit cu atîta atenție și, faptul că nu mi se cerea nimic în schimb, mă scotea din condiționările menținerii vieții, așa că am avut stări depresive. *După mine ajutorul social declanșează și întreține sentimente de inutilitate și depresii*, un revers negativ al generozității sociale – fenomen recurent care ar trebui luat în considerație. *Demnitatea umană nu se obține și nici menține prin pomeni sociale* ci prin crearea cadrului ca fiecare să se simtă util și mai ales să poată deveni autonom, conform programului intrinsec vieții umane. *Cu alte cuvinte estul vorbea de comunism iar vestul îl aplica și trăia.* Atunci te întreb: ce sens au poveștile și denumirile care nu ajung niciodată să fie o realitate sau dacă mai este cazul să ne cramponăm de etichete. Este un fenomen identic celui dintr-o relație în care îi tot spui partenerei că o iubești dar nu-i arăți niciodată acest lucru.

În ciuda acestei atenții materiale *nici o altă țară nu complexează mai mult ca Germania*, am simțit-o pe propria piele și nu cred că sînt singurul care a trăit complexul limbii. Pentru a compensa acest handicap (și nu numai) noi ne-am făcut un obicei din a găsi defecte la gazdele noastre și a le critica, pe lîngă răceala comportamentală, chiar nivelul din școli. Personal am altă părere și o spun de cîte ori am ocazia. Că școlarii nu sînt motivați să învețe este rezultatul paradoxului educației antiautoritare: a-i face pe copii să învețe de la sine fără a-i obliga în vreun fel s-o facă! Noi facem mereu comparații cu școala din România din trecut, pe care o ridicăm nostalgic în slăvi, dar nu ne uităm în manualele școlare sau de la gimnaziu să vedem ce fel de probleme se pun acolo, ce texte literare, filosofice, psihologice, ce autori de mare nivel, ce analize și la ce întrebări complicate trebuie să facă față un elev aici. Un alt criteriu de

comparație: la gimnaziul Freiherr von Stein din Leverkusen, unde au învățat și mai învăță unul din copiii mei, unii profesori sînt doctori în științe. La noi acasă nici la universități nu au toate cadrele didactice acest titlu. *În general aici se pune mai mult accent pe procesele de gîndire nu de memorizare, conform principiului „a ști nu înseamnă și a gîndi.”*

Dacă ai depășit complexul limbii și încerci să fii „mai neamț decît nemții” atunci se produce adaptarea și ai succes. Noi sîntem un popor imaginativ care am improvizat pentru a supraviețui dar aici ne confruntăm cu o societate extrem de reglementată și, dacă reușim să fim la fel de organizați, de disciplinați și de punctuali ca ei, atunci ești binevenit. Eu aveam mereu o glumă cu echipa de fotbal a României căreia iar trebui un neamț ca antrenor însă, și un român aici, fostul antrenor federal de handbal Petre Ivănescu, i-a disperat toată viața pe nemți (sportivi sau oficiali) pentru că venea întotdeauna primul la orice întîlnire sau antrenament!

AD - Societatea germană se confruntă cu un fenomen de durată de dizolvare a familiei. Divorțul a devenit la fel de legitim precum căsătoria. Credeți că persoanele originare din România sînt scutite de efectele acestui fenomen?

DG – *Divorțul este un fenomen la fel de legitim, însă el a căpătat dimensiuni îngrijorătoare prin mentalitatea generației '68 căruia îi aparțin foștii cancelar și ministru de externe Schröder și Fischer, fiecare cu cîte 3-4 divorțuri la activ. Sindromul a fost descris de psihanalistul psihosociolog Alexander Mitscherlich în „Auf dem Weg zur vaterlosen Gesellschaft” (Pe drumul către societatea fără tați) și viza „societatea fără tați” în care femeile emancipate sau refuză să se căsătorească și să aibă copii (considerați un articol de lux pentru capitaliști, o idee neomarxistă în fond) sau îi cresc singure, protejîndu-i de agresiunea Pater-ului compromis de trecutul său nazist. Scăderea natalității în Germania, dar și alte fenomene sociale majore își au sursa în mesajele (unele de-a dreptul isterice) acelor ani, care vedea în familie izvorul nefericirii, a reprimării autoritare a instinctelor primare ale vieții și o sursă de obținere a forței de muncă ieftină chiar de „incubator” pentru planuri războinice folosind sloganul „Kinder als Kanonenfutter” (în traducere „copii ca și carne de tun!”).*

Liberalismul acestei „*Genussgeneration*” (generația plăcerii) viza dizolvarea celulei originare a vieții (familia), atomizarea societății și dezvoltarea spiritului egoist, egoman și egocentric extrem, ceea ce în final anulează empatia și altruismul, sentimente fără de care o societate nu poate supraviețui și care nu se pot dezvolta decît într-o familie cu cel puțin doi copii. Virusul emancipării feminine cu orice preț a avut un efect puternic într-o Germanie traumatizată de

culpabilizare, depopulată de proprii „Aufklärer” emigrați în masă în America și dezorientată atât de atacurile din vest cât și din est.

Actual o căsătorie din trei ajunge la divorț, un șoc social declanșat de argumente socio-ideologice și dorințe de independență, de presupuneri și accepții pseudoștiințifice dovedite actual ca utopii (diferențierile masculin-feminin). Divorțul odată produs oferă în continuare o bază pentru traumatisme sociale în lanț, prin efectele dramatice asupra copiilor ca urmare a distrugerii lumii căminului familial. Cum nimeni nu este pregătit sufletește pentru prăbușirea siguranței „leagănelui de aur” al familiei, urmările sînt imprevizibile și pe toată viața. Este moartea unei lumi în care s-au născut copii, vise și speranțe, iar consecințele asupra psihicului fragil al copiilor pot fi: probleme de apartenență și de identitate sexuală, scăderea capacităților de învățare, tendințe de izolare socială și agresiune, dependențe de alcool sau droguri, căutarea unor modele de viață pe stradă, refuzul responsabilității și al obligațiilor, etc.

Divorțul este un simptom social aflat la intersecția biopsihosocialului care distruge „încrederea originară a omenirii” și implică subiectivitatea cea mai profundă inclusiv sexualitatea. El este precedat de o ruptură a comunicării sau a uneia inadecvate, desfășurată uneori pe parcursul unor ani, și care poate fi înțeleasă prin analiza limbajului relațional în sens larg și unde o agresiune este tot o comunicare, din nefericire una dureroasă. Conflictul atinge mai ales problemele feminității și masculinității ca sex, fiecare se simte respins în primul rînd ca partener biologic, se rescriu partituri biopsihosociale de profunzime.

Divorțul are și în cadrul familiilor de emigranți mai multe cauze circulare:

- o schimbare de viață de gradul trei, cum este emigrarea, solicită sistemul nervos la maximum și-l fragilizează;
- probleme psihice: căderi psihice depresive alternativ compensate cu un optimism exagerat (faze maniacale), alcoolismul, ticurile comportamentale, izolarea;
- lipsa feed-back-ului persoanelor (modelele sociale originare) care au asigurat suportul, au întreținut și echilibrat sistemul familial pînă în momentul emigrării (prieteni, rude, cunoștințe, etc.);
- dispare teama de blamarea socială (prejudecata - „Ce-o să zică lumea” este anulată pentru că acea „lume” nu mai există);
- dizolvarea unor tabu-uri reprimite pînă atunci concomitent cu rigidizarea sau absolutizarea altora care „promit fericirea”;
- apar probleme de identificare, de apartenență, dorințe de independență;
- probleme legate de sexualitate: emanciparea sexuală, schimbarea orientării sexuale, sexul monoton sau prea mult sex;

- problemele legate de educația copiilor;
- ai timp să reflectezi la viață fără a primi „sfaturi” sau indicații la tot pasul;
- devii mai lucid, mai încrezător, mai conștient de propria valoare și adopți noi stiluri de viață;
- cel care s-a simțit în relație dezavantajat sau dezamăgit prinde curaj și-și dorește anumite schimbări;
- infidelitatea și abuzurile de încredere, gelozia;
- reproducerea (a avea sau nu copii);
- zgârcenia unuia sau mania cumpărăturilor la celălalt;
- neglijarea relației sau a treburilor casnice, activități de timp liber fără partener și statul în fața calculatorului sau televizorului fără a vorbi cu celălalt;
- invidia pe succesele partenerului;
- lipsa comunicării deschise și sincere cauzate de menținerea tabuurilor;
- aprecierea valorilor materiale în defavoarea celor emoționale sau cultural-spirituale;
- o nouă secretară dar și altele mai comice.

Eu-rile se căsătoresc însă dacă nu ajung la stadiul de „noi” atunci ele se despart, așadar egocentrismul și egomania trebuie să devină supra-eu, pentru ca familia să reziste. Evitarea unui conflict (familiar sau de altă natură) este ca și cum ai împinge un balon sub apă și care va ieși afară la o mișcare greșită, la un stress sau la reducerea presiunii. Cuplurile de emigranți reiau conflicte reprimite mai vechi, le prelucrează la un nivel mai acut întrucât ele sînt deja sub presiunea adaptării și se confruntă cu multe frustrări. Lor le lipsește conjunctura de acasă, cercurile de prieteni sau rudele care mediază și pot uneori aplana, prin intervenții sau simpla prezență, unele tensiuni relaționale. Rolul femeii se schimbă, ea cîștigă o anumită independență financiară, se emancipează, își regîndește și reorganizează viața. Problemele de apartenență socială mai largi se răsfrîng și în planul mai intim al identității de sine, se rescrie proiectul vieții: așa zisele crize ale vârstei mijlocii. Multe neprelucrări, limite personale sau nostalgii sînt reluate și regîndite. Problemele de acasă le transferăm pe un teren neutru și femeile, dar și bărbații, au mai mult curaj în a-și reface viața. Nesiguranțele economice fac ca anumite cupluri să se mențină deși comunicarea a încetat, se împart doar costurile vieții nu și emoțiile sau trăirile. O criză individuală nu poate fi explicată doar prin aspecte materiale deși așa se vede la suprafața conflictului. Uneori dificultățile materiale ne fac să strîngem rîndurile și să ne asociem, de regulă bunăstarea duce la independență și emancipare. Alteori este invers, sărăcia sau problemele financiare fac să crească agresiunea pentru că subminează

fundamentul caracterului, demnitatea și moralitatea. Divorțul suspendă anumite dureri și probleme psihice la persoanele care le au, provocând altele celorlalți. El se suprapune dramei rupturii de țară sau despărțirii de persoane dragi într-un moment dificil și poate avea urmări fatale.

Motivele de divorț le putem afla direct de la cei aflați în situație și depind de capacitatea lor de introspecție, autoanaliză și verbalizare. Cum situația este puternic emoțională vom auzi argumentări scurtcircuitate și justificări superficiale pentru profunzimea evenimentului. *Șocul divorțului este cu atât mai mare cu cât cineva a reprimat și renegat mai mult adevărul unor percepții, trăiri sau evenimente petrecute în relație.* Cu cât încercările și dramele prin care trece familia sînt mai mari cu atât uzura și nemulțumirea crește, anumite trăsături de personalitate ies la iveală iar conflictele se accentuează. Durerea provocată va fi reprimată în prima fază, iar unul din parteneri poate cere o nouă șansă, cu promisiunea de schimbare în bine a unor comportamente indezirabile. Dezorientarea, dezamăgirea, dispozițiile ambivalente, frica de necunoscut, absența răspunsurilor, ura trecutului comun - sînt elemente ce tulbură ființa umană și apar disfuncții psihosomatice: insomnii, scăderea apetitului general, tulburări de echilibru, atenție și concentrare, dureri corporale, etc.

AD - Persistă încă o prejudecată despre psiholog și, a merge la terapie, echivalează cu a fi „nebun”. Puteți constata o schimbare de atitudine la persoanele originare din România? Aveți pacienți români?

DG – Am avut pacienți români din trei generații, cei veniți înainte de 89, cei de după 90 și cei cu Green Card, adică informaticienii. Ca psiholog nu poți afirma niciodată că problemele unora sînt mai mari, mai grave sau mai importante decît ale celorlalți și nici compara rezonanțele extrem de diferite vizavi de o situație X comună, fiecare resimte cu întregul său trecut și personalitate un eveniment. Există o diferență de abordare a problemelor, mentalitatea a început să se schimbe constructiv, atitudinea față de psiholog și psihoterapie ține de evoluția autocunoașterii în general. Omenirea are încă probleme în urma îndemnul, atribuit lui Socrate, „cunoaște-te pe tine însuși” întrucît solicită autoanaliza, recunoașterea limitelor, a greșelilor proprii și acceptarea adevărului, adică mult curaj și „Einsicht” pentru care în română nu avem un echivalent direct. Dacă nu ai un cuvînt înseamnă că nu ai avut ce să desemnezi prin el, altfel ar fi fost născocit pentru a se reda diferențiat o stare de fapt. Limbii române îi mai lipsesc și alte cuvinte legate de exprimarea diferențiată a unei introspecții, așa că poți conchide și singur cum stau lucrurile vizavi de plăcerea autoanalizei la români. Chiar dacă vin în terapie să nu crezi că îți povestesc toate penibilitățile, în acest sens

nu se confirmă prejudecata că germanii ar fi persoane închise și românii deschiși, este invers. Această prejudecată este produsă de o diferență de mentalitate, germanii nu vorbesc neîntrebați și nici dacă cadrul nu este adecvat unor comunicări, recte mărturisiri. Comparativ noi sîntem mai spontani, aparent mai deschiși, sporovăim verzi și uscate și cînd trebuie și cînd nu trebuie, dar nu relatăm lucrurile de fond, mai profunde. În terapie volubilitatea germanilor este greu de stopat, a românilor este mai redusă, ei nu-și verbalizează cu plăcere trăirile și le reduc adesea la aprecieri generale. Aici ne confruntăm și cu prejudecata de a merge la psiholog: dezvăluirea unor latențe psihice, adică teama de dezgolire, acel „streap-tease psihic” care încă îngrozește lumea. Cum să fim astfel cînd ni s-a spus că folosim creierul doar parțial, de la 3% pînă la o treime și că restul ar depozita „latențe” care fac posibile faptele îngrozitoare și toate aberațiile dovedite de om în trecut. Ce poate fi mai groaznic decît frica de a-ți pierde autocontrolul și că cineva din „spate” te manipulează zi și noapte? Iată cum o accepție eronată, devenită adesea adevărată din cauza așteptării profetice, ne provoacă încă probleme. Lucrurile nu stau din fericire așa și ultimele cercetări pe creier elimină această eroare, ceea ce implică o reconsiderare nu numai a organizării psihicului ci și a unor concepte mai largi precum cel de conștiință, liberul arbitru, responsabilitate, etc. Neurobiologia moleculară conchide sec: ***nu există nici un neuron în creierul uman care să nu fie folosit cel puțin odată pe zi!*** Așadar șansa circumstanțelor atenuante sau justificative devine tot mai redusă și cărțile de psihologie ar trebui rescrise. Era de altfel și o absurditate să se ajungă după miliarde de ani de evoluție la performanța obținerii unui creier pentru ca apoi această „minune” să se lase pe sine să ruginască! (tot un creier decide ce se întîmplă cu el sau altele). O altă piedică ar fi *tendința paranoică care ne face să respingem adevărul originii animale și consecința: sîntem de origine divină* – adică ceva ce nu se lasă dus cu plăcere la un psihoterapeut! Adevărul despre noi este cel al maimuței care nu-i mai place să fie denumită maimuță (aceasta îmi amintește că în paranoia purificării se ajunsese pînă acolo că nimeni nu se mai lauda în comunism cu „originea sănătoasă” de țăran!) Adevărul este că ne plac „salturile calitative” (un concept marxist ce sugerează de fapt și sincopile, adică leșinurile!) și punînd reprezentările emancipării în locul răsadului biologic este ca și cum ai îngropa în pămînt desenul unui copac și te aștepti să crească din el un stejar falnic! Dacă gîndim ceva mai profund vom remarca că emanciparea este un fel de renegare a originii sau esenței unui rol, ceea ce dinamitează însuși fundamentul existenței unei persoane: a renega rolul de mamă, pe cel de soție sau femeie, a afirma că ești intelectual cînd ești un țăran devenit intelectual (cazul meu de exemplu), etc. Un alt derivat al aceleiași tendințe este autoaprecierea că sîntem atoateștitori, necesară dezvoltării iluziei liberului arbitru și a autonomiei însă ajungem să nu

ne acceptăm limitele și îngrădirile existențiale. Modul în care dezvoltăm aceste structuri este parțial autonom dar și legat de tradiție, adică marcat de matricele gândirii unei culturi. Așadar, modelele de autoanaliză sînt influențate simultan de erorile, prejudecățile și iluziile trecutului care tocmai ar trebui prelucrat. De exemplu: dacă modelul cultural transmis este de tip arian, precum cel nazist, de erou al muncii socialiste sau de mamă eroină, nu mai este loc pentru accepția că avem slăbiciuni sau semne de fragilitate psihică.

Adevărata față a unei societăți (esența ei umană) se poate vedea clar în atitudinea față de cei slabi, labili, neajutorați sau bolnavi psihic. Va mai trece mult timp pînă ne vom reprograma lozincile întipărite în trecut. Ne trebuiesc nu numai paradigme noi, cît mai ales reconsiderarea unor accepții psihologice, un up-date la actualul stadiu al cercetărilor din domeniu. În privința accesului la psihoterapie avem în Europa boomul din America anilor 70-80. Emigranții și-au schimbat și ei după anii 90 atitudinea. A vorbi însă despre problemele emigranților înseamnă a vorbi despre mine sau ce eu cred că ar fi o problemă, ceea ce este tot o introspecție. Oricum adevărul despre autenticitatea sau profunzimea unei prelucrări este recunoașterea faptului că fiecare vorbește despre sine (gîndirea este o simbolizare a trăirilor la nivelul cuvîntului). Conștiința sau spiritul (sufletul dacă vrei) emigrantului a rămas acasă, însă el crede că le-a luat la plecare în geamantan sau le-a pus pe pașaport odată cu viza. Mai devreme sau mai tîrziu omenirea va trebui să recunoască că a făcut un ocol lung, obositor și mai ales plin de erori și drame, pentru a nu ajunge mai devreme la noi înșine decît am făcut-o. Ca orice om și eu împart lumea în două: în cei care au făcut sau fac o psihoterapie și cei care o au în fața lor. Nu există „persoană să nu fi scris o poezie” se spunea într-un cîntec de altădată. Parafrazînd afirm că *nu există om să nu fi făcut măcar odată o depresie, o anxietate sau să nu fi avut niciodată semne psihosomatice. Cum introspecția este ea însăși claustrofobică este bine să fie făcută însoțit de un psihoterapeut autorizat.*

AD – O ultimă curiozitate: ați răspuns la întrebări fără a folosi modificările noi din limba română, le-ați păstrat pe cele vechi, care-i explicația?

DG – Să nu mă credeți un nostalgic ce proslăvește trecutul! La prima carte am folosit noile modificări deși ceva mă deranja și nu știam ce. Nici măcar â-ul de la român nu mi se pare prea justificat, originar cuvîntul era rumîn, e un fel de a-ți înfrumuseța originea și a șlefui descrierile. A scrie „sînt” în forma „sunt” este pentru mine disonant psihologic, u-l indică mai degrabă împrejmuirea, exteriorul și nu interiorul care este redat mai bine de i sau î. Sau ce urît

arată „cît” scris „cât” (cît are și nu cătare) sau ce confuzie poate produce „urât” în loc de urît. Greșelile trecutului nu pot fi înțelese sau eliminate prin schimbarea unor litere de alfabet inițiată din intenții manipulative: a se crea iluzia libertății de a schimba ceva fără a schimba „ceva” ca atare. Trebuie depuse mari eforturi introspective de tip „mea culpa” pentru a nu fi doar ființe rămase tributare maimuțarelor de limbaj. A discuta și despre așa ceva face parte tot din prelucrarea trecutului și acum o ultimă precizare: a vorbi despre problemele emigranților a însemnat a vorbi despre mine ca emigrant sau ceea ce eu cred că a fost, retroactiv vorbind, o problemă, ceea ce este o introspecție a propriei gândiri ce exprimă concomitent și o aderență emoțională la anumite descrieri. Adevărul pur este recunoașterea faptului că fiecare vorbește în fond despre sine prin alegerea cuvintelor care-i reprezintă cel mai bine gândurile și trăirile. Vorbim despre noi înșine (arătăm ceva despre modul în care ne funcționează gândirea și simțirea) și spunem ceea ce credem, ceea ce este o atitudine emoțională. Niciodată cuvintele nu sînt concepte pure și rupte de emoții, se aderă la anumite cuvinte pentru că te simți reprezentat de ele. A adera, a simți, a crede, a accepta dar și a respinge anumite cuvinte sunt tot evidențe emoționale. Cuvintele nu pot fi niciodată despărțite de această coloratură emoțională care le asigură dinamica eternă, inclusiv autonomia. Atunci nimeni nu ar trebui să se simtă deranjat sau ofensat de ceea ce spune celălalt.

AD – Vă mulțumesc.

Dan Goglează (născut în 1951, în Vrancea) a studiat la Universitatea AL.I.Cuza din Iași, a absolvit secția de Psihologie-Sociologie în 1976 și este doctor în psihologie. A lucrat ca psiholog clinician la Focșani pînă în 1986 după care, folosindu-se de o vizită la rude, a cerut azil politic în Germania. Din 1989 este psihoterapeut autorizat în praxisul propriu în Leverkusen.

Pe lângă activitatea curentă de psihoterapeut, participă la activitatea științifică a unor prestigioase cercuri și asociații de specialitate din Germania și România. A publicat o carte la Polirom în 2002 și rămîne o prezență apreciată în publicistica românească (detalii pe site-ul www.gogleaza.de).

Începînd cu 1990 a inițiat și desfășurat acțiuni umanitare pentru țară iar pe plan comunitar diverse activități culturale ca președinte al Asociației Culturale Române din Köln („Das Rumänischen Kulturzentrum Köln e.V.“)